

***SELF-CONTROL*DAN *SELF-EFFICACY* SEBAGAI PREDIKTOR
PROKRASTINASI SKRIPSI**

OLEH

TUSTIN PRADANIWATIE

802010074

TUGAS AKHIR

**Ditujukan Kepada Fakultas Psikologi Guna Memenuhi Sebagian Dari
Persyaratan Untuk Mencapai Gelar Sarjana Psikologi**

Program Studi Psikologi



FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA

SALATIGA

2016



PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS
UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA
Jl. Diponegoro 52 - 60 Salatiga 50711
Jawa Tengah, Indonesia
Telp. 0298 - 321212, Fax. 0298 321433
Email: library@adm.uksw.edu ; http://library.uksw.edu

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tustin Pradaniwati
NIM : 802010074 Email : TustinPradaniwati@gmail.com
Fakultas : Psikologi Program Studi : Psikologi
Judul tugas akhir : Self-control dan Self-Efficacy Sebagai Prediktor
Prokrastinasi Skripsi
Pembimbing : 1. Berta Esti Ari Prasetya, S.Psi., MA.
2. _____

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar kesarjanaan baik di Universitas Kristen Satya Wacana maupun di institusi pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini bukan saduran/terjemahan melainkan merupakan gagasan, rumusan, dan hasil pelaksanaan penelitian/implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan pembimbing akademik dan narasumber penelitian.
3. Hasil karya saya ini merupakan hasil revisi terakhir setelah diujikan yang telah diketahui dan disetujui oleh pembimbing.
4. Dalam karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari terbukti ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya saya ini, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Kristen Satya Wacana.

Salatiga, 13 Januari 2016

Tanda tangan dan nama orang mahasiswa
TUSTIN P. X



PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : TUSTIN Pradaniwati
NIM : 802010074 Email : TustinPradaniwati@gmail.com
Fakultas : PSIKOLOGI Program Studi : PSIKOLOGI
Judul tugas akhir : Self-control dan Self-efficacy Sebagai prediktor
Prokrastinasi Skripsi

Dengan ini saya menyerahkan hak *non-eksklusif** kepada Perpustakaan Universitas – Universitas Kristen Satya Wacana untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya ini dengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut (beri tanda pada kotak yang sesuai):

- ☒ a. Saya mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repositori Perpustakaan Universitas, dan/atau portal GARUDA
- ☐ b. Saya tidak mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repositori Perpustakaan Universitas, dan/atau portal GARUDA**

* Hak yang tidak terbatasnya bagi satu pihak saja. Pengajar, peneliti, dan mahasiswa yang menyerahkan hak non-eksklusif kepada Repositori Perpustakaan Universitas saat mengumpulkan hasil karya mereka masih memiliki hak copyright atas karya tersebut.

** Hanya akan menampilkan halaman judul dan abstrak. Pilihan ini harus dilampiri dengan penjelasan/ alasan tertulis dari pembimbing TA dan diketahui oleh pimpinan fakultas (dekan/kaprodi).

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Salatiga, 13 Januari 2016

Tustin Pradaniwati

Tanda tangan & nama terang mahasiswa

Mengetahui,

Berta Esi Prasetya, S.Psi., MA.

Tanda tangan & nama terang pembimbing

PERYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademika Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW), saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Tustin Pradaniwatie

Nim : 802010074

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana

Jenis Karya : Tugas Akhir

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UKSW hak bebas royalti non-eksklusif (*non-exclusive royalty freeright*) atas karya ilmiah saya berjudul :

SELF-CONTROL DAN SELF-EFFICACY SEBAGAI PREDIKTOR
PROKRASTINASI SKRIPSI

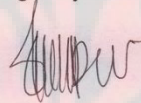
Dengan hak bebas *royalty non-eksklusif* ini, UKSW berhak menyimpan mengalihmedia/mengalihformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya, selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Salatiga

Pada Tanggal : 13 Januari 2016

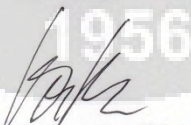
Yang menyatakan,



Tustin Pradaniwatie

Mengetahui,

Pembimbing



Berta Esh Ari Prasetya, S.Psi., MA.

PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Yang bertanda-tangan di bawah ini :

Nama : Tustin Pradaniwatie

Nim : 802010074

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tugas akhir, judul :

***SELF-CONTROL DAN SELF-EFFICACY SEBAGAI PREDIKTOR
PROKRASTINASI SKRIPSI***

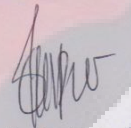
Yang dibimbing oleh :

Berta Esti Ari Prasetya, S.Psi.,MA.

Adalah benar – benar merupakan hasil karya saya.

Didalam laporan hasil tugas akhir ini tidak terdapat keseluruhan atau sebagian tulisan atau gagasan orang lain yang saya ambil dengan cara menyalin atau meniru dalam bentuk rangkaian kalimat atau gambar serta simbol yang saya akui seolah-olah sebagai karya saya sendiri tanpa memberikan pengakuan pada penulisan atau sumber aslinya.

Salatiga, 13 Januari 2016
Yang memberi pernyataan



Tustin Pradaniwatie

LEMBAR PENGESAHAN

***SELF-CONTROL* DAN *SELF-EFFICACY* SEBAGAI PREDIKTOR
PROKRASTINASI SKRIPSI**

Oleh

Tustin Pradaniwatie

802010074


TUGAS AKHIR

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Guna Memenuhi Sebagian Dari Persyaratan Untuk
Mencapai Gelar Sarjana Psikologi

Disetujui pada tanggal : 13 Januari 2016

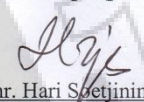
Oleh :

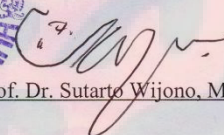
Pembimbing


Berta Esti Ari Prasetya, S.Psi., MA.

Diketahui oleh,
Kaprodi

Disahkan oleh,
Dekan


Dr. Chr. Hari Soetjningsih, MS.


Prof. Dr. Sutarto Wijono, MA.

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA

SALATIGA

2016

***SELF-CONTROL* DAN *SELF-EFFICACY* SEBAGAI PREDIKTOR
PROKRASTINASI SKRIPSI**

Tustin Pradaniwatie

Berta Esti Ari Prasetya

Program Studi Psikologi



FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA

SALATIGA

2016

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui *self-control* dan *self-efficacy* dapat menjadi prediktor munculnya prokrastinasi skripsi pada mahasiswa. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Teknik Informatika program studi Pendidikan Teknik Ilmu Komputer Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga yang sedang mengerjakan skripsi berjumlah 120 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik sampling jenuh. Variabel *self-control* menggunakan skala dari Tagney, Baumeister, dan Bonne (2004) yang terdiri dari 24 item, variabel *self-efficacy* menggunakan skala dari Lamaliwa (2014) yang terdiri dari 43 item dan variabel prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi menggunakan skala prokrastinasi dari Tuckman (1991) yang terdiri dari 26 item. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *self-control* dan *self-efficacy* secara bersama-sama dapat menjadi prediktor prokrastinasi skripsi pada mahasiswa Fakultas Teknik Informatika program studi Pendidikan Teknik Ilmu Komputer Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.

Kata kunci :*Self-control*, *Self-efficacy*, Prokrastinasi Skripsi

Abstract

The purpose of this study was to know the Self-control and Self-efficacy can be a predictor of procrastination finish undergraduate of the students amouting 120 student Technical Information education courses are computer science engineering University Kristen Satya Wacana Salatiga. This study uses quantitative methods with Using saturated sampling technique. Variable Self-control scale of Tagney, Baumeister, and Bonne (2004), which consist of 24 items, Self-efficacy variables using a scale from Lamaliwa (2014) , which consist of 43 items and procrastination scale use of Tuckman (1991) which consist of 26 items. Result from this study indicate that the Self-control and self-efficacy together can be a predictor for student procrastination finish undergraduate Technical Informatika education courses are computer science engineering University Kristen Satya Wacana Salatiga

Keyword :Self-control, self-efficacy and procrastination finish undergraduate.

PENDAHULUAN

Pada zaman sekarang dibutuhkan sumber daya yang semakin berkualitas. Karena sebagai generasi penerus bangsa Indonesia akan menghadapi persaingan global baik kita maupun warga negara asing dapat keluar dan masuk di negara *Asean Free Trade Area* (AFTA). Salah satu usaha untuk menjadi individu yang berkualitas adalah dengan melalui pendidikan yang berkualitas. Melalui pendidikan mahasiswa diharapkan dapat menjadi individu-individu yang bermoral, berkemauan, bermasyarakat, berbudaya, mampu berkarya dan memiliki pemikiran yang cerdas. Mahasiswa dalam konteks sebagai pembelajar di perguruan tinggi diharapkan sejak awal mampu menampilkan perilaku produktif, diantaranya menyelesaikan studi tepat waktu dan menyelesaikan tugas tepat waktu.

Sedangkan pada zaman sekarang banyak institusi pendidikan yang mengalami kendala dalam memberikan pendidikan kepada yang terdidik yaitu adanya perilaku prokrastinasi adalah kecenderungan seseorang untuk menunda aktivitas hingga detik-detik terakhir, atau tidak melakukannya sama sekali (Gafni dan Geri, 2010). Menurut Johnson dan Bloom (dalam Stell, 2004) prokrastinasi adalah perilaku menunda penyelesaian sebuah tugas karena perasaan tidak nyaman yang dialami individu. Sedangkan Steel (2004) mengemukakan bahwa perilaku penundaan adalah suatu pekerjaan yang dilakukan dengan sengaja walaupun penundaan ini dapat membuat hasil yang tidak maksimal.

Prokrastinasi memiliki dampak negatif, antara lain memicu stres akibat tuntutan dari suatu tugas atau ujian, prokrastinasi tentu juga akan mempengaruhi produktivitas individu, terutama saat individu harus mengejar deadline tetapi memungkinkan hasil dari tugas kurang maksimal karena faktor waktu (Letham, 2007).

Berdasarkan penelitian terdahulu Tice dan Baumster (2007) menemukan bahwa mahasiswa yang memiliki kecenderungan prokrastinasi yang tinggi, tidak hanya memiliki nilai akademik yang rendah namun juga tingkat kecemasan yang tinggi dan kesehatan yang rendah. Gunawinata, Nanik, dan Lasmono (2008) juga mengatakan dampak negatif prokrastinasi akademik secara eksternal hilangnya kesempatan dan hilangnya waktu dengan sia-sia.

Salomon dan Rothblum (1984) menyatakan prokrastinasi yang paling banyak dilakukan mahasiswa adalah menunda mengerjakan tugas, belajar untuk ujian dan mengerjakan tugas akhir atau skripsi. Catrunada (2008) mengemukakan menyusun skripsi merupakan salah satu area akademik yang penting karena menjadi salah satu syarat mahasiswa untuk mendapatkan gelar sarjana. Sedangkan menurut Stell (2007) prokrastinasi merupakan menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun individu mengetahui bahwa perilaku penundaannya tersebut menghasilkan dampak buruk. Dampak prokrastinasi pada setiap individu mahasiswa yang sedang menempuh atau menyelesaikan skripsi dapat mengakibatkan penundaan atau waktu kita menempuh skripsi menjadi semakin lama dan menambah beban biaya tambahan karena molornya waktu kita menyelesaikan skripsi.

Menurut Janssen dan Carton (1999) faktor-faktor yang berperan dalam perilaku prokrastinasi adalah tingginya kecenderungan prokrastinasi yaitu rendahnya kontrol diri (*Self-control*), *Self consciousness*, *Self-esteem* dan *Self-efficacy*. Menurut peneliti berdasarkan lokasi atau tempat penelitian yaitu mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi dapat dipengaruhi oleh *self-control* dan *self-efficacy* karena dua variabel tersebut berpengaruh secara langsung pada emosional diri setiap mahasiswa.

Menurut Ghufron (2003) *self-control* adalah kemampuan seseorang untuk mengontrol atau mengubah respon dari dalam dirinya untuk menghindarkan diri dari perilaku yang tidak di harapkan dan mengarahkan dirinya pada sesuatu hal yang ingin dicapai. Tangney, Baumeister dan Bonne (2004) mengatakan bahwa kemampuan *self-control* yang baik memiliki dampak positif terutama bagi pelajar. Pelajar yang memiliki *self-control* yang baik akan lebih lebih menonjol performa dalam mengerjakan suatu tugas tertentu. *Self-control* sangat memiliki kapasitas besar dalam memberikan perubahan positif pada kehidupan seseorang (Tangey, Baumeister & Boone, 2004). *Self-control* merupakan kemampuan seseorang untuk menahan diri atau mengarahkan diri ke arah yang lebih baik ketika dihadapkan dengan persoalan-persoalan (Hofman, Vohs & Baumeister, 2012).

Menurut DeWall, Baumeister, Stillman & Gailliot (2005) *Self-control* dikatakan sebagai pengendalian perilaku sosial yang buruk. *Self-control* terjadi ketika seseorang mencoba untuk mengubah cara bagaimana seharusnya individu itu berfikir, berperilaku, merespon (Muraven & Baumeister, 2000). *Self-control* adalah salah satu faktor kepribadian yang menentukan bagaimana mahasiswa itu menyikapi sikapnya tersebut, Ferari (Handayani, 2002) menyatakan bahwa *self-control* merupakan salah satu faktor penyebab munculnya prokrastinasi. Hal ini sejalan dengan penelitian Steel (2003) yang menemukan *self-control* berkorelasi positif dengan prokrastinasi sebesar dengan $r = -60$ ($p < 0,05$). Prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sering menunda-nunda tugas yang berhubungan dengan akademik sehingga hal ini menyebabkan perasaan cemas dan bersalah pada dirinya. Melalui uraian diatas, kita mengetahui bahwa *self-control* merupakan aspek penting dan berhubungan dengan kemampuan seseorang untuk menyelesaikan tugas dan pekerjaan yang dihadapi.

Berdasarkan paragraf di atas, disimpulkan bahwa mahasiswa yang memiliki *self-control* yang baik dapat mengontrol dirinya terhadap segala aktivitas yang menghambat (prokrastinasi) dalam menyelesaikan skripsi. Sehingga mahasiswa dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu atau lebih cepat dari waktu yang ditargetkan.

Menurut survei yang dilakukan oleh Steel (2007) prokrastinasi akademik memiliki korelasi yang negatif yang kuat dengan *self-control*, Prokrastinasi telah lama dianggap sebagai perwujudan dari rendahnya *self-control*, Dari beberapa hasil penelitian diketahui bahwa prokrastinasi memiliki korelasi yang signifikan dengan *self-control* (Muhid, 2009; Ghufro, 2003; Tanriady, 2009).

Menurut Bandura (1997) selain *Self-control* yang mempengaruhi prokrastinasi, *self-efficacy* juga salah satu variabel yang mempengaruhi prokrastinasi. Menurut Bandura (1997), *self-efficacy* adalah keyakinan bahwa seseorang dapat menguasai situasi dan menciptakan hasil yang positif. Sedangkan menurut Santrock (2003) *self-efficacy* adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan untuk mengetahui batas kemampuannya. *Self-efficacy* menentukan bagaimana individu merasakan, berpikir, memotivasi diri mereka dan berperilaku. Individu dengan kepercayaan tinggi mengenai kemampuannya memandang tugas-tugas yang sulit sebagai tantangan untuk menjadi lebih baik dari pada bersikap menghindar (Santrock, 2003).

Stell (2007) mengatakan bahwa ketika individu memiliki *self-efficacy* rendah dan tidak memiliki harapan akan keberhasilan (*Expetancy*) maka seseorang cenderung melakukan prokrastinasi. Sebaliknya semakin tinggi *self-efficacy* harapan akan keberhasilan dan merasa bahwa tugas sangat menyenangkan dan memiliki tantangan untuk bisa menyelesaikan maka kecenderungan tidak melakukan prokrastinasi.

Menurut Albert Bandura (2001) *self-efficacy* merupakan sebuah faktor yang penting dalam menentukan berhasil tidaknya seorang mahasiswa. *Self-efficacy* mahasiswa menentukan usaha yang dikeluarkan dan daya tahan mahasiswa untuk bertahan dalam menghadapi rintangan dan hambatan tugas-tugas akademik. Seseorang yang memiliki *self-efficacy* tinggi akan menuangkan seluruh kemampuan yang dimiliki untuk dapat mencapai sesuatu yang diinginkan, sedangkan seseorang yang memiliki *self-efficacy* rendah akan menghindari semua tugas, usaha yang dilakukan menurun dan menyerah dengan mudah ketika masalah muncul. Hal tersebut menunjukkan bahwa *self-efficacy* dapat membuat seseorang lebih yakin akan kemampuan dirinya untuk menyelesaikan tugas yang menjadi tanggung jawabnya, tidak membuang waktu dan segera menyelesaikannya.

Hal ini dibuktikan melalui beberapa penelitian terdahulu yaitu Rista Febiyanti Wibowo menyatakan bahwa adanya korelasi negatif cukup memadai antara *self-efficacy* terhadap *prokastinasi*. Sedangkan menurut Nela Regar Ursia, Ide Bagus Siaputra dan Nadia Sutanto menyatakan bahwa *self-control* memiliki korelasi negatif dengan *prokrastinasi* umum ($r=-0,663$) dan skripsi ($r=-0,504$). Dan menurut Abdul Muhid menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *self-control* dan *self-efficacy* dengan kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa

Universitas Kristen Satya Wacana adalah salah satu perguruan tinggi di Indonesia yang memiliki tugas untuk membentuk mahasiswa yang mencirikan *creative minority*. Untuk pencapaian profil lulusan yang mencirikan *creative minority* segala proses yang ditempuh harus sepenuhnya oleh elemen Universitas Kristen Satya Wacana. Dalam hal tersebut mahasiswa juga diuntut untuk proaktif dalam mendukung proses pendidikan. Mahasiswa adalah salah satu harapan suatu bangsa agar bisa berubah

kearah yang lebih baik karena mahasiswa dianggap memiliki intelek yang cukup bagus dan lebih matang berpikir sehingga mahasiswa dapat dikatakan sebagai kelompok dari generasi muda yang sedang belajar atau menuntut ilmu diperguruan tinggi, dengan jurusan atau program tertentu. Aktivis mereka adalah belajar. Belajar ilmu pengetahuan, belajar berorganisasi, belajar bermasyarakat dan belajar menjadi pemimpin. Kelompok ini menyandang sejumlah atribut diantaranya sebagai kelompok inti pemuda, kelompok cendekia atau golongan intelektual, calon pemimpin masa depan, manusia idealis dan kritis karena dipundak mahasiswa sebagian besar nasib masa depan suatu bangsa dipertaruhkan (As'ari,2007).

Salah satu fakultas yang ada di Universitas Kristen Satya Wacana adalah Teknik Informasi dimana Fakultas Teknik Informatika memiliki beberapa jurusan yaitu Desain Komunikasi Visual, Pendidikan Teknik Ilmu Komputer, Sistem informatika dan Teknik informatika. Namun, di Fakultas Teknik Informatika masih terdapat permasalahan yang dari tahun ke tahun belum bisa terselesaikan yaitu adanya tindakan prokrastinasi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.

Menurut Azwar (1999), pencapaian prestasi akademik tidak terlepas dari beberapa faktor, salah satunya faktor sosial, dimana mahasiswa memiliki banyak peran yang harus dijalankan. Suparno (2001) mengatakan bahwa ada beberapa faktor yang menyebabkan tidak tercapainya prestasi belajar, salah satunya ketidakmampuan mengatur tugas nonakademik sehingga menyita waktu belajar yang pada akhirnya, mengganggu kedisiplinan dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. Kerja yang penuh dengan target yang harus dipenuhi setiap hari,bulan maupun tahunnya, oleh karena itu jenjang perguruan tinggi membutuhkan perhatian khusus. Dari penjelasan mengenai jenjang pendidikan mulai dari tingkat dasar ke jenjang perguruan tinggi memperlihatkan

bahwa perguruan tinggi merupakan jenjang terakhir dalam pendidikan. Sehingga lulusan jenjang perguruan tinggi harus siap untuk menghadapi dunia.

Tetapi pada kenyataannya banyak mahasiswa di era sekarang banyak yang melakukan prokrastinasi. Salah satu contoh Universitas swasta yang sebagian mahasiswanya melakukan tindakan prokrastinasi. Hal ini dikuatkan dengan wawancara terhadap beberapa mahasiswa fakultas teknik informatika progdi PTIK menyatakan mereka lebih suka mainan *Gadget* dari pada mengerjakan skripsi, putus asa karena skripsi terus mendapatkan revisi dari dosen pembimbing, jalan-jalan bersama teman-teman, suka mengerjakan skripsi mendekati waktu bimbingan sehingga hasilnya kurang maksimal, malas bertemu dengan dosen pembimbing dengan berbagai alasan misalnya terkadang *mood* tidak baik, kurang sabar. Melihat permasalahan yang ada di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga, maka penulis tertarik untuk mengangkat judul penelitian yaitu ***SELF-CONTROL* DAN *SELF-EFFICACY* SEBAGAI PREDIKTOR PROKRASTINASI SKRIPSI**

Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas maka permasalahan yang akan diangkat pada penelitian ini adalah

Apakah *self-control* & *self-efficacy* secara bersama-sama dapat menjadi prediktor bagi prokrastinasi skripsi?

TINJAUAN PUSTAKA

Definisi prokrastinasi dalam penyelesaian skripsi

Prokrastinasi berasal dari bahasa Latin yaitu *procrastination*, yang merupakan kombinasi dari kata sifat “*pro*” yang berarti sebagai gerakan maju dengan “*crastinus*” yang berarti “milik hari esok” atau jika digabungkan menjadi “menangguhkan atau penundaan sampai hari berikutnya” (Gufon, 2003). Istilah ini pertama kali digunakan oleh Brown dan Holtzman untuk menggambarkan sesuatu kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan sehingga seseorang, gagal menyelesaikan tugas-tugas tersebut tepat pada waktunya (Rumiani, 2006). Vestervelt mendefinisikan prokrastinasi sebagai suatu kekurangan- sesuaian antara intensi, prioritas, atau penentuan tujuan terkait pengerjaan tugas-tugas yang telah ditetapkan (dalam Tjundjing, 2006). Prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan seseorang untuk melakukan penundaan pengerjaan tugas (Brown & Holzman dalam Andrianto, 2009) menurut stell (2007) prokrastinasi merupakan penundaan bersifat irasional. Biasanya prokrastinasi akademik diartikan sebagai prokrastinasi yang dilakukan dalam bidang akademik.

Aspek-aspek Prokrastinasi

Tuckman, (1991), membagi tiga aspek prokrastinasi, meliputi :

1. *A general self-description of the tendency to deal with things* / Kecenderungan dalam melakukan sesuatu, merupakan kecenderungan untuk membuang waktu secara sia-sia dalam menyelesaikan tugas yang perlu diprioritaskan demi melakukan hal-hal lain yang kurang penting.
2. *A tendency to avoid unpleasantness and to have difficulty doing unpleasant things* / Kecenderungan untuk menghindari ketidaknyamanan dan mengalami

kesulitan dalam melakukan hal-hal yang tidak menyenangkan yaitu kecenderungan untuk merasa keberatan mengerjakan hal-hal yang tidak disukai dalam tugas yang harus dikerjakannya tersebut atau jika memungkinkan akan menghindari hal-hal yang dianggap mendatangkan perasaan tidak menyenangkan.

3. *A tendency to blame others for one's own predicaments* / Kecenderungan untuk menyalahkan orang lain akan keadaan yang tidak menyenangkan yang dialami yakni kecenderungan menyalahkan pihak lain atas penderitaan yang dialami diri sendiri dalam mengerjakan sesuatu yang ditunda

Self-Control

Definisi *self-control*

Chaplin (2006) mengemukakan bahwa *self-control* adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri untuk menekan dan merintangi impuls atau tingkah laku impulsif. Sedangkan dalam Kartini Kartono (2000), *self-control* atau kontrol diri adalah mengatur sendiri tingkah laku yang dimiliki. Messina (dalam Singgih. D.Gunarsa, 2009) menyatakan bahwa pengendalian diri adalah seperangkat tingkah laku yang berfokus pada keberhasilan mengubah diri pribadi, keberhasilan menangkal perusakan diri (*Self destructive*) perasaan mampu pada diri sendiri, perasaan mandiri (*autonomy*) atau bebas dari pengaruh orang lain, kebebasan menentukan tujuan, kemampuan untuk memisahkan perasaan dan pikiran rasional serta perangkat tingkah laku yang berfokus pada tanggung jawab atas diri pribadi.

Aspek-Aspek *Self-Control*

Menurut Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) mengusulkan bahwa *self-control* memiliki lima domain atau aspek yaitu kontrol terhadap (1) *Self discipline*, (2) *Deliberate/nonimpulsive*, (3) *Healthy habit*, (4) *Work ethic*, (5) *Reliability*. Berikut ini penjelasan dari keempat domain tersebut:

1. *Self discipline*, yaitu mengacu pada kemampuan individu dalam memfokuskan diri saat melakukan tugas.
2. *Deliberate/nonimpulsive* yaitu kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu, bersifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa.
3. *Healthy habits*, yaitu kemampuan mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan bagi individu.
4. *Work ethic* yang berkaitan dengan kemampuan individu dalam menyelesaikan pekerjaan dengan baik tanpa dipengaruhi oleh hal-hal diluar tugasnya meskipun hal tersebut bersifat menyenangkan.
5. *Reliability*, yaitu dimensi yang terkait dengan penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam pelaksanaan rancangan jangka panjang untuk mewujudkan setiap perencanaannya.

Self-Efficacy

Definisi *Self-Efficacy*

Bandura (1997, h.80) mengatakan bahwa *self-efficacy* berhubungan dengan keyakinan seseorang untuk mempergunakan kontrol pribadi pada motivasi, kognisi, afeksi pada lingkungan sosialnya. *Self-efficacy* merupakan keyakinan bahwa seseorang mampu melaksanakan tugas, mencapai tujuan dan menisi rintangan. Selanjutnya Bandura menjelaskan bahwa individu cenderung menghindari atau bahkan lari dari

situasi yang diyakini bahwa individu tidak mampu menghadapinya. pendapat tersebut didukung oleh Kusuma (dalam Herman, 2005) yang mengatakan bahwa *self-efficacy* merupakan kemampuan individu dalam menentukan perilaku yang tepat untuk menghadapi rasa takut dan halangan untuk mencapai keberhasilan yang diharapkan. Individu dengan *self-efficacy* yang tinggi akan mempunyai kemampuan untuk lebih bertahan lama dalam menyelesaikan suatu masalah yang sulit, dibandingkan dengan individu yang memiliki *self-efficacy* rendah yang menyebabkan individu lebih cepat menyerah dalam menghadapi suatu masalah atau berhenti berusaha.

Aspek-Aspek Self-Efficacy

Menurut Bandura (1997) terdapat tiga komponen dari self efficacy pada diri manusia, yaitu:

a. Tingkatan (*Level*)

Adanya perbedaan *self-efficacy* yang dihayati oleh masing-masing individu mungkin dikarenakan perbedaan tuntutan yang dihadapi. Tuntutan tugas merepresentasikan bermacam-macam tingkat kesulitan atau kesukaran untuk mencapai performansi optimal. Jika halangan untuk mencapai tuntutan itu sedikit, maka aktivitas lebih mudah untuk dilakukan, sehingga kemudian individu akan memiliki *self-efficacy* yang tinggi.

b. Keadaan umum (*Generality*)

Individu mungkin akan menilai diri merasa yakin melalui bermacam-macam aktivitas atau hanya dalam daerah fungsi tertentu. Keadaan umum bervariasi dalam jumlah dari dimensi yang berbeda-beda, diantaranya tingkat kesamaan aktivitas, perasaan dimana kemampuan ditunjukkan (tingkah laku, kognitif, afektif), ciri kualitatif situasi, dan karakteristik individu menuju kepada siapa perilaku itu ditujukan.

Pengukuran berhubungan dengan daerah aktivitas dan konteks situasi yang menampakkan pola tingkat generality yang paling mendasar berkisar tentang apa yang individu susun pada kehidupan mereka.

c. Kekuatan (*Strength*)

Pengalaman memiliki pengaruh terhadap *self-efficacy* yang diyakini seseorang. Pengalaman yang lemah akan melemahkan keyakinannya pula. Individu yang memiliki keyakinan kuat terhadap kemampuan mereka akan teguh dalam berusaha untuk mengenyampingkan kesulitan yang dihadapi.

METODE PENELITIAN

Identifikasi Variabel

1. Variabel tergantung : prokrastinasi skripsi
2. Variabel bebas : a. *Self-control*
b. *Self-efficacy*

Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Teknik Informasi program studi pendidikan teknik ilmu komputer yang sedang menyelesaikan skripsi yang berjumlah 120 mahasiswa, Sampel dari penelitian ini adalah angkatan 2008-2012 dan teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh.

Metode Pengumpulan Data dan Alat Ukur

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode angket (kuesioner) untuk mengungkapkan data berupa *self-control*, *self-efficacy* dan prokrastinasi penyelesaian skripsi dengan menggunakan skala

Likert yang terdiri dari empat kategori jawaban yaitu, SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai).

Skala *self-control*

Skala *self-control* dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek kontrol diri dari Tagney, Baumeister, dan Bonne (2004) yang kemudian diadaptasi oleh penulis. Aspek-aspek tersebut meliputi : (1) *Self discipline*, (2) *Deliberate/nonimpulsive*, (3) *Healthy habits*, (4) *Work ethic*, (5) *Reliability*. Skala *self-control* terdiri dari 36 aitem. Yaitu 14 aitem *favorable* dan 22 aitem *unfavorable*. Adapun penilaian aitem *favorable* yaitu SS (4), S (3), TS (2), STS (1) dan penilaian aitem *unfavorable* yaitu SS (1), S(2), TS (3), STS (4).

Berdasarkan uji daya diskriminasi aitem yang telah dilakukan penulis sebanyak tiga kali terhadap 36 aitem angket *self-control*, 24 aitem bertahan sedangkan 12 aitem dinyatakan gugur. Aitem-aitem tersebut mempunyai koefisien daya diskriminasi aitem sebesar 0,382-0,673. Kemudian, pengujian terhadap reliabilitas alat ukur ini dengan menggunakan *cronbach's alpha*. Dari uji reliabilitas didapatkan hasil koefisien reliabilitas sebesar 0,903. Maka, alat ukur *self-control* termasuk dalam kategori reliabel. Dalam alat ukur *self-control*, semua aspek terwakili oleh 23 aitem yang bertahan.

Skala *Self-Efficacy*

Skala *self-efficacy* dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek *self-efficacy* dari Bandura (1997) yang berdasarkan alat ukur yang disusun oleh Lamaliwa (2014). Aspek-aspek tersebut meliputi : (1) Tingkatan (*Level*), (2) Keadaan umum (*Generality*), (3) Kekuatan (*Strength*). Skala *self-efficacy* terdiri dari 45 aitem, yaitu aitem pernyataan. Adapun penilaian aitem pernyataanya itu SS (4), S (3), TS (2), STS (1).

Berdasarkan uji daya diskriminasi aitem yang telah dilakukan penulis sebanyak dua kali terhadap 45 aitem angket *self-control*, 43 aitem bertahan sedangkan 2 aitem dinyatakan gugur. Aitem-aitem tersebut mempunyai koefisien daya diskriminasi aitem sebesar 0,347-0,687. Kemudian, pengujian terhadap reliabilitas alat ukur ini dengan menggunakan *cronbach's alpha*. Dari uji reliabilitas didapatkan hasil koefisien reliabilitas sebesar 0,946. Maka, alat ukur dukungan sosial orang tua termasuk dalam kategori reliabel. Dalam alat ukur *self-control*, semua aspek terwakili oleh 29 aitem yang bertahan.

Skala prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi

Skala prokrastinasi dalam penelitian ini diadaptasi oleh penulis mengacu pada alat ukur yang dikembangkan oleh Tuckman, (1991) yang kemudian di adaptasi oleh penulis. Aspek-aspek tersebut meliputi : (1) *general self-description of the tendency to deal with things*, (2) *A tendency to avoid unpleasantness and to have difficulty doing unpleasant things*, (3) *A tendency to blame others for one's own predicaments*. Skala prokrastinasi akademik terdiri dari terdiri dari 35 aitem, yakni 14 aitem *favorable* dan 21 aitem *unfavorable*. Adapun penilaian aitem *favorable* yaitu SS (4), S (3), TS (2), STS (1) dan penilaian aitem *unfavorable* yaitu SS (1), S(2), TS (3), STS (4).

Berdasarkan uji daya diskriminasi aitem yang telah dilakukan penulis sebanyak tiga kali terhadap 35 aitem angket prokrastinasi akademik, 26 aitem bertahan sedangkan 9 aitem dinyatakan gugur. Aitem-aitem tersebut mempunyai koefisien daya dikriminasi aitem sebesar 0,338-0,668. Kemudian, pengujian terhadap reliabilitas alat ukur ini dengan menggunakan *cronbach's alpha*. Dari uji reliabilitas didapatkan hasil koefisiens reliabilitas sebesar 0,920. Maka, alat ukur prokrastinasi akademik termasuk dalam

kategori reliabel. Dalam alat ukur prokrastinasi, semua aspek terwakili oleh 26 aitem yang bertahan.

Metode Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan adalah teknik analisis regresi dengan bantuan *program Statistical Packages for Sosial Science (SPSS) for Windows release 16.0*. Analisis regresi merupakan salah satu teknik statistik yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua atau lebih variabel yang berupa hubungan kasual atau fungsional.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Data Deskriptif

Peneliti menguji statistik deskriptif setiap variabel. Untuk mengetahui tinggi rendah nilai sampel, maka dilakukan kategorisasi terhadap skala yang dipakai dalam penelitian ini.

Tabel 1

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Control	120	35	36	71	49.57	9.466
Efficacy	120	80	89	169	139.12	15.529
Prokratinasi	120	54	44	98	74.03	13.557
Valid N (listwise)	120					

Tabel 2
Kategorisasi Skor Skala *Self-Control*

Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Presentase	Mean	SD
Sangat Tinggi	$78,2 \leq x \leq 92$	0	0%		
Tinggi	$64,4 \leq x < 78,2$	9	7,5%		
Sedang	$50,6 \leq x < 64,4$	42	35%		
Rendah	$36,8 \leq x < 50,6$	68	56,66%	49,57	9.466
Sangat Rendah	$23 \leq x < 36,8$	1	0,83%		
Jumlah		120	100%		

Keterangan :

x : skor subjek

Berdasarkan hasil kategori yang telah dilakukan, diketahui terdapat 0 mahasiswa (0%) menyatakan bahwa *Self-Control* dalam kriteria sangat tinggi, 9 mahasiswa (7,5%) menyatakan bahwa *Self-Control* dalam kriteria tinggi, 42 mahasiswa (35%) menyatakan bahwa *Self-Control* dalam kriteria sedang, 68 mahasiswa (56,66%) menyatakan bahwa *Self-Control* dalam kriteria rendah, dan 1 mahasiswa (0,83%) menyatakan bahwa *Self-Control* dalam kriteria sangat rendah. Rata-rata dari skor *Self-Control* sebesar 49,57. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata subjek memiliki *Self-Control* yang masuk dalam kategori rendah.

Tabel 3

Kategori Skor Skala *Self-Efficacy*

Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Presentase	Mean	SD
Sangat Tinggi	$146,2 \leq x \leq 172$	38	31,66%		
Tinggi	$120,4 \leq x < 146,2$	66	55%	139.12	15.529
Sedang	$94,6 \leq x < 120,4$	14	11,6%		
Rendah	$68,8 \leq x < 94,6$	2	1,66%		
Sangat Rendah	$43 \leq x < 68,8$	0	0%		
Jumlah		120	100%		

Keterangan :

x : skor subjek

Berdasarkan hasil kategori yang telah dilakukan, diketahui terdapat 38 mahasiswa (31,6%) menyatakan bahwa *Self-Efficacy* dalam kriteria sangat tinggi, 66 mahasiswa (55%) menyatakan bahwa *Self-Efficacy* dalam kriteria tinggi, 14 mahasiswa (11,66%) menyatakan bahwa *Self-Efficacy* dalam kriteria sedang, 2 mahasiswa (1,66%) menyatakan bahwa *Self-Efficacy* dalam kriteria rendah, dan 0 siswa (0%) menyatakan bahwa *Self-Efficacy* dalam kriteria sangat rendah. Rata-rata dari skor *Self-Efficacy* sebesar 139,12. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata subjek memiliki *Self-Efficacy* yang masuk dalam kategori tinggi

Tabel 4
Kategori Skor Prokrastinasi skripsi

Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Presentase	Mean	SD
Sangat Tinggi	$88,4 \leq x \leq 104$	26	21,66%		
Tinggi	$72,8 \leq x < 88,4$	30	25%		
Sedang	$57,2 \leq x < 72,8$	55	45,83%	74.03	13.557
Rendah	$41,6 \leq x < 57,2$	9	7,5%		
Sangat Rendah	$26 \leq x < 41,6$	0	0%		
Jumlah		120	100%		

Keterangan :

x : skor subjek

Berdasarkan hasil kategori yang telah dilakukan, diketahui terdapat 26 mahasiswa (21,66%) menyatakan bahwa prokrastinasi dalam kriteria sangat tinggi, 30 mahasiswa (25%) menyatakan bahwa prokrastinasi dalam kriteria tinggi, 55 mahasiswa (45,83%) menyatakan bahwa prokrastinasi dalam kriteria sedang, 9 mahasiswa (7,5%) menyatakan bahwa prokrastinasi dalam kriteria rendah, dan 0 mahasiswa (0%) menyatakan bahwa prokrastinasi dalam kriteria sangat rendah. Rata-rata dari skor prokrastinasi sebesar 74,03. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata subjek memiliki prokrastinasi masuk dalam kategori sedang.

2. UJI ASUMSI

a. Uji Normalitas

Tabel 5

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Control	Efficacy	Prokratinasi
N		120	120	120
Normal Parameters ^a	Mean	49.57	139.12	74.03
	Std. Deviation	9.466	15.529	13.557
Most Extreme Differences	Absolute	.097	.122	.122
	Positive	.097	.087	.109
	Negative	-.076	-.122	-.122
Kolmogorov-Smirnov Z		1.061	1.336	1.339
Asymp. Sig. (2-tailed)		.210	.056	.055

a. Test distribution is Normal.

Uji normalitas menggunakan uji Kolmogrov-Smirnov. Dari penelitian ini menunjukkan hasil bahwa ketiga variabel berdistribusi dengan normal, yaitu variabel *Self-Control* dengan K-S-Z = 1.061 yang memiliki signifikansi 2,10 ($p > 0,05$), variabel *Self-efficacy* dengan K-S-Z = 1.336 yang memiliki signifikansi 0,56 ($p > 0,05$), dan variabel prokratinasi dengan K-S-Z = 1.339 yang memiliki signifikansi 0,55 ($p > 0,5$).

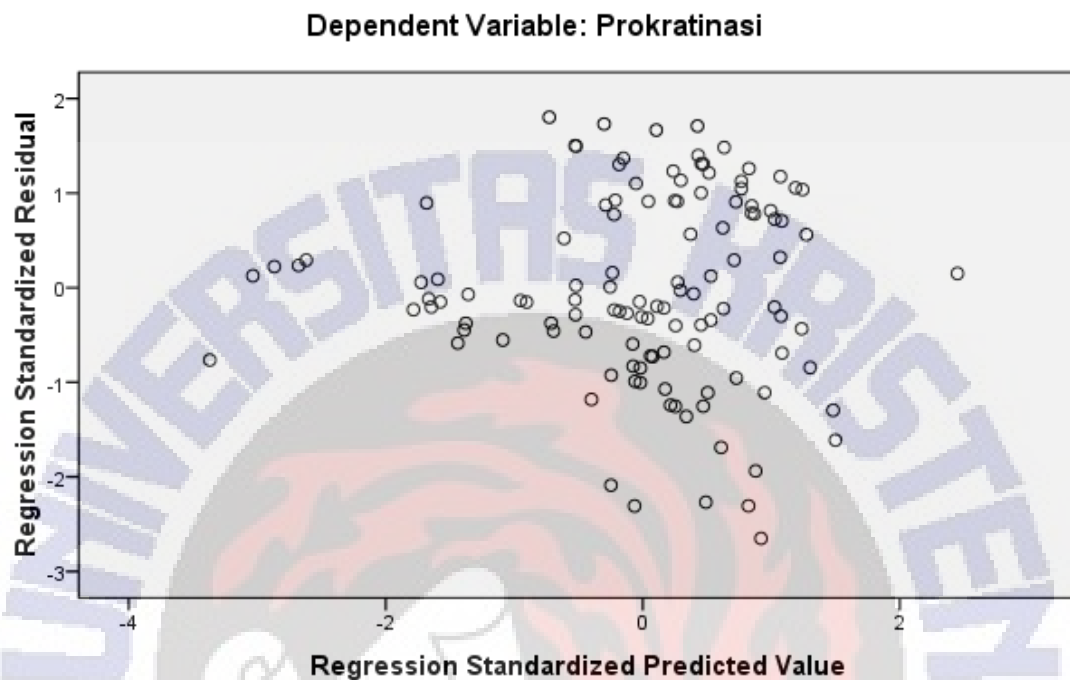
b. Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Control * Prokratinasi	Between Groups	(Combined)	4012.718	43	93.319	1.066	.396
		Linearity	190.782	1	190.782	2.180	.144
		Deviation from Linearity	3821.936	42	90.998	1.040	.433
	Within Groups		6650.749	76	87.510		
	Total		10663.467	119			
Efficacy * Prokratinasi	Between Groups	(Combined)	15474.842	43	359.880	2.069	.003
		Linearity	2887.878	1	2887.878	16.600	.000
		Deviation from Linearity	12586.964	42	299.690	1.723	.020
	Within Groups		13221.525	76	173.967		
	Total		28696.367	119			

Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan linear antara variabel *Self-Control* dan *Self-Efficacy* (variabel bebas) terhadap variabel prokrastinasi (variabel tergantung). Peneliti melakukan uji linearitas ($p > 0,05$). Dari kedua hubungan tersebut kedua variabel *Self-Control* dan *Self Efficacy* memiliki hubungan bersifat linear, yaitu uji linearitas *Self-control* dan *Self Efficacy* dengan variabel prokrastinasi (F beda =1.040) yang memiliki signifikansi sebesar 0,433 ($p > 0,05$) dan uji linearitas antara variabel *Self Efficacy* dengan prokrastinasi akademik ($F =1.723$) yang memiliki signifikansi sebesar 0,20 ($p >0,05$).

Scatterplot



Ho = Tidak terjadi heteroskedastisitas

Hi = Terjadi heteroskedastisitas

Dasar pengambilan keputusan :

Jika probabilitasnya (nilai sig.) $> 0,05$ Ho tidak ditolak

Jika probabilitasnya (nilai sig.) $< 0,05$ Ho ditolak

Pada tabel diatas nilai sig. variabel prokratinasi = $0,001 < 0,05$ sehingga Ho ditolak yang berarti terjadi heteroskedastisitas pada variabel prokratinasi.

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	29.831	11.781		2.532	.013		
Control	.142	.126	.099	1.129	.261	.987	1.013
Efficacy	.267	.077	.306	3.487	.001	.987	1.013

a. Dependent Variable: Prokratinasi

Dari tabel diatas dapat diketahui nilai VIF nya adalah 1, 013 < 10 maka dapat disimpulkan tidak terjadi multikolinieritas

3. Uji Hipotesis

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	2413.222	2	1206.611	7.255	.001 ^a
Residual	19458.645	117	166.313		
Total	21871.867	119			

a. Predictors: (Constant), Efficacy, Control

b. Dependent Variable: Prokratinasi

Pada bagian ini, menunjukkan besarnya angka signifikansi pada perhitungan ANOVA yang akan digunakan untuk uji kelayakan model regresi. Dalam hasil uji ANOVA, penelitian ini menghasilkan angka $F = 7.255$ dengan tingkat signifikansi sebesar 0,01 dan nilai $R = 0,317$. Karena angka signifikansi $0,001 < 0,05$, maka model regresi ini sudah layak digunakan untuk memprediksi prokratinasi akademik. Artinya, *Self-control* dan *Self Efficacy* secara bersama-sama dapat menjadi prediktor yang signifikan terhadap prokratinasi skripsi pada mahasiswa Fakultas TI program studi pendidikan teknik ilmu komputer UKSW.

Model Summary^a

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics					Durbin-Watson
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change	
1	.332 ^a	.110	.095	12.896	.110	7.255	2	117	.001	.652

a. Predictors: (Constant),
Efficacy, Control

b. Dependent Variable:
Prokratinasi

Nilai *Adjusted R Square* dalam tabel di atas sebesar 0,11. Angka tersebut menunjukkan bahwa 0,11 atau 11% prokrastinasi dalam penyelesaian skripsi dapat dijelaskan dengan menggunakan variabel *Self-control* dan *Self Efficacy*. Maka *Self-control* dan *Self Efficacy* berperan sebanyak 11,0% terhadap prokrastinasi dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa Fakultas TI UKSW. Dan pada bagian *standar error of the estimate* yang bernilai 12,896 dan jumlah ini lebih kecil dari nilai standar deviasi prokrastinasi (13.557), hal ini berarti *Self-control* dan *Self Efficacy* sudah cukup layak dijadikan prediktor untuk prokrastinasi dalam penyelesaian skripsi.

Setelah mengetahui kelayakan *Self-control* dan *Self Efficacy* dalam memprediksi prokrastinasi penyelesaian skripsi, peneliti menguji koefisien regresi.

Coefficients^a

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations		
	B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part
1 (Constant)	29.831	11.781		2.532	.013			
Control	.142	.126	.099	1.129	.261	.134	.104	.098
Efficacy	.267	.077	.306	3.487	.001	.317	.307	.304

a. Dependent Variable: Prokratinasi

Untuk menguji koefisien regresi dapat dilihat dari *Standardized Coefficients* yang menunjukkan besarnya nilai yang digunakan untuk mengukur besarnya pengaruh variabel bebas secara parsial (mandiri atau sendiri-sendiri) terhadap variabel tergantung.

Angka koefisien nilai Beta *Self-control* 0,99 dengan nilai $t = 1,129$ ($p > 0,05$) dan $\text{sig} = 0,261$ ($p > 0,05$) maka *Self-control* tidak signifikan untuk menjadi prediktor secara mandiri terhadap prokrastinasi.

Angka koefisien nilai Beta *Self-Efficacy* 0,306 dengan nilai $t = 3,487$ ($p > 0,05$) dan nilai $\text{sig} = 0,001$ ($P < 0,05$) maka *Self-Efficacy* signifikan untuk menjadi prediktor secara mandiri terhadap prokrastinasi dalam penyelesaian skripsi.

PEMBAHASAN

Tujuan dari dilaksanakannya penelitian ini adalah meneliti apakah *Self-Control* dan *Self-Efficacy* dapat menjadi prediktor bagi prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Fakultas TI program studi PTIK UKSW.

Dari pengujian regresi yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa *Self-control* dan *Self-efficacy* secara bersama-sama dapat menjadi prediktor terhadap prokrastinasi

pada mahasiswa FTI dalam menyelesaikan skripsi. Hal ini dapat dilihat pada hasil pengujian yang telah dilakukan, nilai $R = 0,332$ dengan nilai $F = 7.255$ dengan tingkat signifikansi sebesar $0,001$ ($p < 0,05$), model regresi ini yang melibatkan variable *Self-control* dan *Self-Efficacy* sudah layak dijadikan prediktor bagi prokrastinasi skripsi. Peranan atau pengaruh variable *Self-control* dan *Self-efficacy* terhadap variabel prokrastinasi skripsi (variabel tergantung) $0,11\%$ atau 11% . Hal ini berarti 11% prokrastinasi dapat dijelaskan oleh *Self-control* dan *Self-efficacy*. Maka *Self-control* dan *Self Efficacy* berperan sebanyak 11% terhadap prokrastinasi pada mahasiswa TI program PTIK dalam penyelesaian skripsi. Dari pengujian regresi yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa *Self-control* dan *Self-efficacy* dapat menjadi prediktor bagi prokrastinasi skripsi pada mahasiswa. Jadi, *Self-control* dan *Self-efficacy* secara bersama-sama dapat menjadi prediktor bagi prokrastinasi skripsi.

Dari hasil penelitian diatas, kemungkinan disebabkan karena keyakinan mahasiswa mampu mengontrol dirinya dengan baik terutama dalam mengontrol pikirannya, motivasi, afeksi dan lingkungannya sehingga tidak terjadi prokrastinasi skripsi, mengontrol keputusan dirinya agar tidak memilih untuk melakukan prokrastinasi atau menunda-nunda. Bandura (1997) mengatakan bahwa *self efficacy* berhubungan dengan keyakinan seseorang untuk mempergunakan kontrol pribadi pada motivasi diri, kognisi, afeksi pada lingkungan sosialnya, bagaimana individu dapat mengontrol diri untuk tidak ,menunda-nunda dan meningkatkan motivasi diri sendiri agar apa yang diharapkan dapat terselesaikan.

Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Chaplin (2002) yang menyatakan bahwa *self-control* adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangi impuls-impuls atau tingkah laku impulsif. Oleh karena

itu dengan adanya *Self control* yang tinggi mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi dapat menahan diri dari hal-hal yang berbahaya seperti prokrastinasi dengan mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dan juga Menurut Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) *self-control* harus memiliki empat yaitu kontrol terhadap pemikiran, kontrol terhadap dorongan hati, kontrol terhadap emosi dan kontrol terhadap unjuk kerja. Begitu pula sebaliknya, mahasiswa dengan kontrol diri yang rendah, mahasiswa akan kesulitan untuk menahan diri dari prokrastinasi dengan tidak mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang.

Dari pengujian regresi yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa *self-control* dan *self-efficacy* secara bersama-sama dapat menjadi prediktor terhadap prokrastinasi skripsi pada mahasiswa program PTIK UKSW. Hal ini dapat dilihat pada hasil pengujian yang telah dilakukan, nilai $R = 0,332$ dengan nilai $F = 7,225$ dengan tingkat signifikansi sebesar $0,001$ ($p < 0,05$), model regresi ini yang melibatkan variabel *self-control* dan *self-efficacy* sudah layak dijadikan prediktor bagi prokrastinasi skripsi. Peranan atau pengaruh variabel bahwa *self-control* dan *self-efficacy* (variabel bebas) terhadap variabel prokrastinasi skripsi (variabel tergantung) sebesar $0,11$ atau 11% . Hal ini berarti 11% prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi dapat dijelaskan oleh bahwa *self-control* dan *self-efficacy*. Maka bahwa *self-control* dan *self-efficacy* berperan sebanyak 11% terhadap prokrastinasi dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa TI program PTIK UKSW. Dari hasil korelasi yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa *self-control* memperoleh standar koefisien $0,009$ dengan nilai $t = 1,129$ dan nilai signifikan $p > 0,05$ yang artinya tidak signifikan. Sedangkan *self-efficacy* memperoleh standar koefisien $0,306$ dengan nilai $t = 3,487$ dan nilai signifikan $p < 0,005$ yang artinya signifikan.

Dari hasil penelitian di atas disebabkan karena *self-control* tidak bisa menjadi satu-satunya faktor tetapi harus ada *self-efficacy* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Seperti yang diungkapkan. Bandura (1997) mengatakan bahwa *self-efficacy* berhubungan dengan keyakinan seseorang untuk mempergunakan kontrol pribadi pada motivasi diri, kognisi, afeksi pada lingkungan sosialnya, bagaimana individu dapat memiliki keyakinan dalam diri sehingga dapat mengontrol diri untuk tidak menunda-nunda dan meningkatkan motivasi diri sendiri agar apa yang diharapkan dapat terselesaikan.

Selain hasil yang didapat dalam penelitian ini, yaitu *self control* dan *self efficacy*, Ferrari dkk (1995) juga berpendapat bahwa ada faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi pada mahasiswa seperti rendahnya motivasi, ketakutan dan kegagalan, kelelahan (*fatigue*), regulasi diri yang kurang baik, gaya pengasuhan orang tua, tugas terlalu banyak dan kondisi lingkungan yang tidak mendukung.

KESIMPULAN

Dari penelitian yang telah dilakukan, maka didapatkan hasil yaitu *Self-Control* dan *Self-Efficacy* secara bersama-sama dapat menjadi prediktor terhadap prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa program studi pendidikan ilmu komputer Fakultas Teknik Informatika Universitas Kristen Satya Wacana. Kedua variabel bebas *Self-Control* dan *Self-Efficacy* yaitu berkontribusi atau 11% terhadap prokrastinasi penyelesaian skripsi pada mahasiswa, menurut pengujian yang telah dilakukan, variabel *Self-Control* dan *Self-Efficacy* sudah layak menjadi prediktor terhadap prokrastinasi dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa. Dari hasil korelasi yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa *self-control* memperoleh standar koefisien 0,009 dengan nilai $t=1,129$ dan nilai signifikan $p>0,05$ yang artinya tidak signifikan. Sedangkan *self-eficacy*

memperoleh standar koefisien 0,306 dengan nilai $t=3,487$ dan nilai signifika $p<0,005$ yang artinya signifikan. Dari hasil tersebut dapat dijelaskan bahwa *Self-Control* dan *Self-Efficacy* secara bersama-sama dapat menjadi prediktor terhadap prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Fakultas Teknik Informatika Universitas Kristen Satya Wacana. Namun hanya variabel *self-efficacy* yang secara mandiri dapat menjadi prediktor terhadap prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa TI UKSW, sedangkan variabel *Self-control* secara mandiri belum dapat menjadi prediktor terhadap prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Fakultas Teknik Informatika Universitas Kristen Satya Wacana.

SARAN

Mahasiswa

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi. Dengan adanya informasi ini diharapkan semua mahasiswa terutama yang sedang dalam proses mengerjakan skripsi dapat lebih meningkatkan kemampuan untuk meningkatkan keyakinan dalam diri sehingga dapat mengontrol dirinya lebih baik terutama dalam hal mengontrol perilaku, mengontrol kognitif, afeksi serta mengontrol keputusannya agar dapat menghindari melakukan prokrastinasi.

Peneliti selanjutnya

Penelitian tentang psikologi pendidikan khususnya tentang prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi diharapkan dapat terus berkembang dan dapat mengurangi tingkat prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi yang ada. Untuk kedepannya bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk meneliti menggunakan variabel lain selain kontrol diri misalnya dukungan sosial, gaya pengasuhan, dan variabel lain yang dapat

berpengaruh pada terjadinya prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi. Atau jika ingin memperoleh hasil yang lebih mendalam, penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif.

Dosen

Dosen pembimbing bisa membantu mahasiswa untuk meningkatkan *self-efficacy* pada mahasiswa agar mahasiswa lebih termotivasi dalam menyelesaikan skripsi dan selesai tepat waktu

DAFTAR PUSTAKA

- Andarini, SR & Fatma, A (2013). Hubungan antara *distress* dan dukungan Sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyusun *skripsi*. Surakarta: *Jurnal Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Kesehatan*.
- Chaplin, J.P. (2002). *Kamus Lengkap Psikologi*. Edisi Ke-5. Terjemahan: Kartini Kartono. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. (1995). *Procrastination and Task Avoidance : Theory, research, and treatment*. New York : Plenum Press.
- Ghufron, M. N. (2003). Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orangtua dengan Prokrastinasi Akademik. *Tesis* (Tidak Diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Gunarsa, S. D. (2003). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : BPK. Gunung Mulia.
- Gunawinata, R., Hanik., & Lasmono, H. (2008). Perfeksionisme, Prokrastinasi Akademik, dan Penyelesaian Skripsi Mahasiswa. *Anima, Indonesian Psychological Journal*. 23 (3): 256-276.
- Hamalik, O. (2008). *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Lamaliwa, O. (2014). Perbedaan *self-efficacy* mahasiswa untuk menyelesaikan skripsi berdasarkan tingkat pendidikan orangtua (sarjana dan tidak sarjana) pada mahasiswa Fakultas Psikologi Uksw. Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.
- Muti'ah, N. (2010). Peran Belajar Berdasar Regulasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga dan Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik. Universitas Ahmad Dahlan : *abstract-tesis pascasarjana, hal 1-29*.

- Rumiani. (2006). "Prokrastinasi Akademik ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa". *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*. Semarang. vol 3(2), 37-48.
- Solomom, L. J. & Rothblum, E. D. (1984). "Academic procrastination : Frequency and Cognitive Behavioral Correlates". *Journal of Counseling Psychology*, Vol 31, No 4, page 503 – 509.
- Steel, P. (2007). "The Nature of Procrastination :A Meta- analytic and theoretical review of Quintessential Self – Regulatory Failure". *Psychological Bulletin*. 133, No. 1, page 65-94.
- Syamsudin, A. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- Tangney, J.P, Baumeister, R.F & Boone. A.L. (2004). *High Self-Control Predicts good Adjustment, Less Pathology, Getter Grades and Interpersonal Success*. *Journal of Reasoning*. 72 page 271 – 324, <http://lazypants.org/dl/files/public/TangneyBaumeisterBoone2004.pdf>, diakses 25 Maret 2015, pukul 18.35.
- Tuckman, B. W. (1991). "The Development and Cuncurrent Validity of The Procrastination Scale". *Educational and Psychological Measurement*. 51, 473-480.
- Ursia, N. R., Siaputra, I. B., & Sutanto, N. (2013). Prokrastinasi Akademik dan Self-Control Pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. *Jurnal Makara Seri Sosial Humaniora*, 17(1): 1-18.
- Weiss, R. (1974). *The Provisious of Social Relationship*. In 2. Rubin (td) *Doing Unto Other* (pp 17-26). Englowood. Cliffs, NJ : PrinticeHall.
- Zakiyah, N., Hidayati, F.N., & Setyawan, Imam. (2010). Hubungan Antara Penyesuaian Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Berasrama SMPN 3 Peterongan, Jombang. Semarang: *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro* Vol.8 No.2 Hal. 156 – 167.